



مكرونة تمبل

المكرونة: ١/٢ كيلو مكرونة قرن
١/٢ كيلو لحم مفروم
١/٢ كيلو جبنة
١/٢ كيلو جلاش
١ بصلة ٢٠ ملعقة كبيرة سمّن ٢٠ كوب
عصير طماطم ٢٠ ملاعق كبيرة جبن
رسمي مشوية، ملح، فلفل
الطريقة: تقطع المكرونة مكعبات صغيرة
وتنقع قليلا في السمن حتى تنضج
تقرب البصلة وتحمّر في السمن
حتى يصفر لونها يشاف، البصل اللحم
والقارول يطبخ المقدار جيدا ثم تصف
الكبد وعصير الطماطم ويترك للتقار على
نار ملدة حتى يتسبك
تساق المكرونة ويضاف إليها الخليط
الساق والجبن الرسمى المبشور
تدمن صينية بالسمن وتقرش بنصف
مقدار الجلاش على أن يرش قليل من
السمن بين الطبقات
يصب خليط المكرونة واللحم والكبد ثم
يفرش الوجه ببقايا الجلاش ويدمن
الوجه بقليل من السمن
تخرج الصينية في فرن متوسط الحرارة
حتى يصفر لونها وتضع
عند التقديم تقطع حسب الرغبة

اول استاذة جراحة مصرية في مؤتمر بايطاليا

الكثيره الفت السباعي: اول
استاذة للجراحة في العالم العربي،
تخصصت في علاج العقم عند الرجال
بالجراحة، وأبرزت نتائج أبحاثها في هذا
المجال في المؤتمر الدولي للجراحين الذي
عقد أخيرا في إيطاليا.
أتمت الصنف الإيطالي للجراحة
المصرية وأجرت معها أبحاث حول مدى
نجاح المرأة المصرية في العمل في مجالات
الجراحة، وأبرزت الصنف أن في مصر
الآن عدد غير قليل من الفتيات في وظيفة
ناتية، في القسم الجراحة بعد أن
شقت لهن الطريقة الدكتور الفت
السباعي التي تعتبر رائدة في هذا المجال
ومن الفتيات في العالم اللاتي أخترن
هذا الطريق الصنف.

اعداد: يعقوب الشاروني
رسوم: عادل البطراوي

كلية اجبتى: اوجع للذئب



شاهد: حسن
المصري: جنة فلال
لصاحب كل معة:
ياقوتى: لو رجع
للندى هل يعمل
صالحا؟
اسرع صاحبه
يجيب: نعم.. نعم
قل حسن البصري
لصاحبه: فان لم يكن
هو فكن انت..

من غرائب الأرقام

الاعداد التسعة
في العملية الحسابية التي تقامها اليوم ستجد اننا
استخدمنا الأرقام من ٠ الى ٩. وفي الجانب
الأخر بعد علامة =، ستجد أن نتيج الضرب يكون
أيضا من نفس الأرقام التسعة مع تغيير أماكنها.
١٠٣.٧٤٩.٦٢٨ = ٣ × ٥١.٢٤٩.٨٧٦

من نساء العرب

رحمة زوجة نبي الله أيوب عليه السلام

كتبت - فاطمة البقول مرسى:
المرأة العربية سجلت في ذاكرة التاريخ بطولات ومواقف وإجادة

في كل مجال
هي أيقونة الأبرام بن يوسف بن
يعقوب عليها السلام كتبت من
النساء الصالحات الطاهرات
الزوجهين وقد اتصفت من دون النساء
بخصيص الجليل على بلاه زوجها أيوب
عليه السلام حيث لم يبق مل ولا ولد
ولا صديق ولا أحد يقربه غيرها - فقد
صبرت على البلاء وكملت تعصب لثباته
بالحلم والشرايط ويحسدن لآله
ويطعنن اللغو على ما تفهم من البلاء
وفي يوم من الأيام وهي تسال
كاهنها ما لها أبليس في صورة رجل
فقال لها ابن زوجها يا أمه الله
ووسوس لها وتكرها بما كتبت فيه من
التعجب وشيئ زوجها وحمله وما هو
عليه اليوم ما أتى لها بنبيحة وقال
لها أليست أيوب هذه في سبيها
مرضه وجانت أيوب وهي تصرخ في
مضى وعذبت ربه؟ أين المال أين
المال أين الولد أين الصديق أين
اللائس الحسنة أين جسد الحسن
لقد بل وإله الدود وتغير كل شيء
أنشع هذه النبيحة واسترح فقل لها
أيوب لك عمو الله ففتح في جانيته
أرايت ما كلفني من نعمة التمتع بلال
والولد والصحة من الذي أتمعت علينا
بها قلت الله قل فكم متنا به قلت
تلعنن ست قل فكمتم عام إبلانا

دراسة نفسية تؤكد

لكل مرحلة من مراحل العمر سبب للشعور بالإرهاق

لشعور التعب والإرهاق أيضا أسباب نفسية إذ أن هناك عوامل نفسية
تؤدي إلى الإحساس بالإرهاق وذلك خلال كل مرحلة ويعتبر رصد ذلك في مراحل
العمر المختلفة:
المرحلة الأولى: وهي المرحلة خلال النمو والتحول الجسدي والنفسى ويكون
الرافع متعبا من المجهود الجسدي والنفسى الذي يتطلبه نموه وأهله
طبيعى جدا هنا.
مرحلة أخرى هامة: سن الياس عند المرأة، فالنساء غالبا يستأن من فكرة
عدم قدرتهن على أن يكن مهات بعد هذه السن وهذا ينتج عنه شعور بالتعب
وعدم الاستقرار وفقدان الحيوية.
أخيرا مرحلة التقاعد فعندما يوقف الإنسان نشاطا كان مستمرا فيه يشعر
بخل في توازنه النفسى خلال حياته الجديدة وعليه أن يملأ يومه بشيء ما
وبصورة مختلفة عندما يعمل مثلا فهو يقوم بأعماله بشكل أفضل ويجتنب
الشعور بخلل أو بصعوبات فسيحة أو دوار وما إلى ذلك من جهة أخرى عليه أن
يراعى على كل مستوى للشعور في نفسه.
لكن في جميع الحالات فإن ما يجب الاهتمام به فهو النوم لأنه الأساس في
القضاء على الإرهاق والتخلص منه.

نظماي

من روائع المتحف الإسلامى

ظهى من الجوفى

يوجد هذا
التفصيل الجميل
المصنوع في شكل
ظهى من خشب اللان
الإسلامى بالقرارة.
التفصيل مصنوع
من البرونز تقطى
جسمه رسوم بارزة
في شكل فروع
نباتية.
لم يحول الفنان
تقلى النسب
الطبيعية بل قصد
أن يجعل التفصيل
شكلا زخريا.
صنع هذا الظهى
في مصر في القرن
الخامس الهجرى
١٢٠٠ ميلادى.



رحلة شافير لبريطانيا بين طلب رفع الحظر عن السلاح لإسرائيل ومحاولة دعم قوى الضغط اليهودية

لعل الجدل والجرح والتسلاطات التي صاحبت زيارة اسحاق شافير نائب رئيس الوزراء وزير خارجية إسرائيل للمملكة المتحدة في الفترة من (٣ يونيو إلى ٧ يونيو) في إطار جولته لعدد من العواصم الأوروبية تلوق بكثير الأهداف التي كانت كل أطراف هذه الجولة ترجو أن تحقق من خلالها. ولعل قمة هذه التسلاطات والتي لم يجد المسؤولون البريطانيون أجابة عليها سوى محاولات التهرب والمراوغة تارة أخرى هي ما إذا كان أمر القبض على شافير الذي أصدرته سلطات الإنتداب البريطاني في أعقاب حادثة شافير قد فسد الملك داود علم ٤٥ مزالا سوريا لم ٢٧

رسالة لندن من محمد الحناوي

المراقبون هنا لقد تحول شافير إلى وزير بلا وزارة يحاول عبثا أن يستعيد مكانة وزارته بشكل أو بآخر.
ثانيا: أن أحد الأهداف الأساسية التي كان شافير يرجو أن يحققها خلال الجولة أو يبعثها بغيرها كان تذكرا أن تصير الحكومة البريطانية قرارا برفع الحظر الذي فرضته على تصدير السلاح إلى إسرائيل في يونيو عام ٨٧ بسبب غزوها للبنان، وهو القرار الذي حلت دول السوق المشتركة حذر بريطانيا فيه القرار لم يجر من التوجيه

الهيرالد تريبيون HERALD TRIBUNE

بعد فوز بابا اندريو في أصعب صياح انتخاب منذ ١٠ سنوات

بعد النصر الذي حققه اندريو في الانتخابات اليونانية الأخيرة نصرا حاسما على آل تقيون ولكن بعض المحللين يفسرون النتائج على أنها رفض لعودة سياسات يمين الوسط التي هيمنت على اليونان على مدى ٣٥ عاما بعد الحرب العالمية الثانية. ولكن ما تمل على أيمن اليونانيين بالتمسك بالاشتراكية لبابا اندريو.
ويصف المحللون السياسيون الحملة الانتخابية التي جرت هذا العام بأنها أصعب صياح انتخابي دار منذ عودة الديمقراطية، وسقوط الدكتاتورية العسكرية في عام ١٩٧٤. حيث قد رئيس الوزراء ومنافسوه لاجتماعات شعبية يومية في مدن اليونان وقراها ما جرحها
وبعد الفوز الكبير الذي حققه بابا اندريو، فإنه الآن أن يتقدم وعده بالاعتقال، وتوسيع الخدمات الصحية العامة، وللحفاظ على، ورفع مستوى المعيشة في المناطق الريفية باعتبار أن اليونان دولة زراعية في المقام الأول.

وما من الواضح أن الأحداث التي قامت في إجراء انتخابات مبكرة في اليونان لم تزل سوى بغير ضل في الحملة الانتخابية. فغالب ما كان يتردد في ذهن الناخبين هو فكرة ما كان متوقعا من تشييد إلهام الرئيس اليوناني السابق كوستاس كرامفيليس لفترة رئاسة ثانية. بعد استقالة كرامفيليس غاضبا، وفوز ستروكيكس بمرئسية دعا بابا اندريو لإجراء انتخابات مبكرة، أسفرت أيضا عن فوز.

نوروزيك NEWSWEEK

بعد أن تعثقت كل أهداف سوريا في لبنان

تستعد القوات السورية لدخول بيروت في الوقت الحالي من أجل إعادة النظام في لبنان الذي بدأ يتهاوى ومع احتمال أن يصبح لبنان «حمية» سورية.
وكانت قوات الردع السورية قد دخلت لبنان عام ١٩٧٦ بغرض من جماعة الدول العربية.
أما هذه المرة فإن القوات السورية تدخل بدعوة من الرئيس اللبناني أمين الجميل الذي سارع إلى دمشق للتباحث مع الرئيس السوري حافظ الأسد للمساعدة في إنهاء «الكابوس اللبناني».
وسوريا قوات تصل إلى ٣٠ ألفا في شرق وشمال لبنان. وإذا تلت القوات السورية أوامر بذلك فإنها تستطيع التصحر من القطاع إلى بيروت - دمشق وفي بيروت الغربية التي تسيطر عليها جماعات المسلمين والتي تشهد الآن اقتتال قوات الشبيبة مع الفلسطينيين.
وتستطيع قوات سوريا أيضا التدخل على الطريق الساحل من طرابلس وقد تصل إلى الجنوب اللبناني أيضا بعد الانسحاب الإسرائيلي الكامل هذا الأسبوع وهم في كل ذلك أن يلجأوا إلى مقاومة.
ويغرض السيطرة الكاملة على لبنان يحقق الرئيس الأسد هدفه في أن يجعل سوريا صليحية تقرير مصير لبنان وسياساته.
كما تسعى سوريا أيضا إلى تحجيم الفلسطينيين ومنعهم من إقامة قاعدة لهم في جنوب لبنان.



وراء الأخبار

ازمة ثقة في أمريكا بين العسكريين والصحفيين

لقد تكرر حديث نشره منظمة القرن العشرين الأمريكية مؤخرا أن وجه الصحفيين في مناطق الحرب التي تشهدها فيها القوات الأمريكية يد شورية وليس ثوبا. وقد تناول التقرير الملاحق بين كل من المنظمات العسكرية والولايات المتحدة، وأحد التقرير أن مسؤولية اتخاذ القرارات بحظر نشر أي معلومات عن عمليات عسكرية يجب أن يقدر الرئيس ومستشاروه وليس العسكريين.
وقد وصف التقرير الأمريكي بعنوان «خاطف القتال» - تقريرا لمنظمة القرن العشرين عن العسكريين والصحفيين - وصف «الذوق القاتمة» التي تهدد بتحويل العلاقة بين الصحفيين والعسكريين إلى عداء يمكن أن يكون ضارا للطرفين. وأحد التقرير أن كلا من شيايب الصحفيين والعسكريين يظن بأن الجانب الآخر وهو اختيار بالنسبة للأمة - وجدير بالذكر أن منظمة القرن العشرين مؤسسة مقرها نيويورك ولدت بدراسة وإصدار تقارير مماثلة عن موضوعات عامة أخرى.

اللوم لشبكات التلفزيون الأوروبية

تأكد كل من الشاهدين والمتقنين الرياضيين في أوروبا شبكات التلفزيون الأوروبية لاستمرارها في نقل مباريات نهائي كأس أوروبا لكرة القدم في برينكل على الرغم من حديث شبكتي تيل المبراة لدى ال ميل وأصابة عدد كبير من المواطنين.

وكانت شبكات التلفزيون الأوروبية قد نقلت مشاهد الشبكت التي صورها التلفزيون الياباني حيث شاهد ما ٤٠٠ مليون مشاهد عبر أوروبا الغربية وبعض الدول الأوروبية ولكن بعد بدء المباراة لم تتم التغطية الفورية لعمليات الاقتحام والاعتداء واكتفت معظم الشبكات بعمل ذلك بين الشطين وفي نهاية المباراة.

وقد دافع المشاهدين بلاتلفزيونيون عن قراراتهم بقولهم أنهم لم يجدوا مبررا لوقف البرنامج بعد أن قرر المشاهدين من المبراة بدء اللعب لتجنب حدوث شغب لكن في استاد وشوارع برينكل.

كوبا بدت تتعود على الإذاعة الموجهة ضدها

ترجمات الحكومة الكوبية عن موقفها العدائي للمكسيك في أذاعة «راديو ماتي» التي قرر الرئيس ريغان توجيهها إلى كوبا بعد أن ثبت بحوزة الإي أم إن إرسال راديو ماتي معتدل باللقطة بإرسال المحطات التجارية التابعة بالأسبانية والتي يجرها الكوبيون في لندن والموجودة بميامي بكتبت الحكومة في أوقات السلم بتقاريرهم عن الولايات المتحدة يوم بدأت قصة بث إذاعتها. كما هدد المسؤولون الكوبيون بعدم السماح للناشرات الأمريكية بالهبوط في كوبا وبدء «حب إذاعة» مع الولايات المتحدة عن طريق إذاعة إشارات قوية تتداخل مع إشارات المحطات التجارية الأمريكية. ولكن لم يتم تنفيذ هذه التهديدات وضعت مبرور الإي أم التهامت الكوبية الثالثة بان راديو ماتي عدوانا أجنبيا وصاحرا واستغراقا.

مفاجأة

شركة مالك للتجارة والمقاولات

شقة ٢٠٠ على شاطئ البحر مباشرة بالعجى

بنخصم ٢٠٪ للدفع الفوري

تسليم: أوبعد ٣ شهور أو بعد ٦ شهور

شقق: ٢ غرفة وصالة ٣ غرف وصالة شاليه ٣ غرف وصالة ومدرقة

سامها ١٢٠م

شاليه ٢ غرفة وصالة

شهر رمضان المعظم

وحتى نهاية شهر رمضان فقط

شقة ٢٠٠

سوبر لو كست بأرقت أحياء الإسكندرية

بأسعار تبدأ من ٢٧٠٠٠ جنيه

دورين جراج

الدور الأرضي مسجد حديقة خاصة بالعقار

بالنقسيط

على ٤ شهور

٦، ٥، ٤، ٣

عزف وصالة

مالك للتجارة والمقاولات

شركة

الإسكندرية: ٤٤٧ طريق الحرية - أمام ناري سبورتنج ٢٩٨-٨٥٧٠/٨٥٧٠-١٨٨ الإبراهيمية/٩٠ سيدى جابر - إسكندرية
المتاهة: ٢٩ شارع مولا - الجيزة - الدور الثالث - شقة رقم ١٣ ت: ٧٣٨٨٦١ - المتاهة

هكذا من العمل

100

[illegible]

جوليفر فوطي

أرفى الخلابيس
الانجليزية
حريمي / رجالي
أطفال

سان مايكل
بوز سعيدي
لموسم صيف ٨٥
مع أرفى العطور ومستحضرات التجميل العالمية
أفنى سان لوران - شانيل - هيلينا رينشتاين - لا كورم
سان مايكل محرم حسين وشركاه
منزلة السراويلات هيلتون بورسعيد
بجوليفر فوطي ٢٤٢٣٧/٢٤٢٣٥

أجمل السائر والطيفة العالمية مصطفى ماجد

شارع التجاري والمقدس
تليفون ٢٨٠٧٣

RHYTHM ريثم

في عصرنا من حيث تقدم الأمم
بالاستغلال الأمثل للوقت تألفت ساعات
ريثم أحدث ساعات اليد تشكيلات رائعة جذابة
للرجال والسيدات
كوارتز / صلب وذهبي / وساعات بناتيعة ويوموتاريخ
سواريه / أسبور / استيك أسنوره / جلد
(تباع جميع المحلات الكبرى مع الضمان • مركز خدمة وصيانة • قطع غيار متوفرة)
القاهرة: ١٥٤ شارع السراويلات هيلتون بورسعيد
بورسعيد: ٦٧ شارع سعد زغلول
الاسكندرية: ٦٦ شارع النجى دانيال
تليفون: ٤٩٤٥٦ - ٤٩٤٥٧ - ٤٩٤٥٨
الفاكس: ٤٩٤٥٩



شعب بورسعيد

وهو يحتفل بالعيد العاشر
لإعادة افتتاح قناة السويس للملاحة البحرية
التي يواكبها احتفالات الأندية الرياضية
يشهد رمضان المبارك
يوم القدر والوطن أن بورسعيد
العمل والابتكار من أجل مستقبل
أفضل يرضى فيها وخوا



محصول الطرابيلي

شعار النهضة ٢٤١٦٤
تشكيلات جديدة... لارفي الملائك الجاهزة
عربي ورجالي وأطفال - أدوات مجمل
أدوات منزلية وكسبانية - أقلام دكر - تصديا

الانجليزية
مازركير
mothercare
من سن شهر إلى ١١ سنة
مازركير محرم حسين وشركاه
منزلة السراويلات هيلتون بورسعيد
بجوليفر فوطي ٢٤٢٣٧/٢٤٢٣٥

شركة محلات العروسة

الإسكندرية: مركز البيع: ٢ شارع سنان عمارة الجارية - الإدارة: ٩ شارع فرنسا عمارة جاليتي

تعلن للسادة العاملين بالشركات والبنوك والمصالح والهيئات الحكومية عن توافر أجهزة تليفزيونات ملونة وفيديو ومكاش كهربائية ماركات: **فيليبس** **اسكو** **اسكندرية**

القديم	القديم	القديم	القديم
٦٠٠	٣٠٠	١٦٠	٢٤
٦٠٠	٣٥٠	٢٠٠	٢٤
٦٤٥	٥٠٠	٢٢٠	٢٤
٣١٣	٥٠٠	٢٣٠	٣٠
٢٤٣	٦٠٠	٢٧٠	٣٠
٦٥٤	٦٠٠	٤٠٠	٢٤
٦٢٠	٢٠٠	٧٠	٢٤
٦٧٤	٣٠٠	١٠٠	٢٤

للاستعلام: الإسكندرية: تليفون ٨٠٩٢٢٥ - ٨٠٣٢٣ وبالعنوان أعلاه. بورسعيد: ٢٣٧١٥ - ٢٣٧٢٠ تلسكس 63272 SOTRA UN ٣٠١ - ٩ ظفر ٩ - ١١ شارع السراويلات



مجموعة تصفيف الشعر

توستر مولينكس



مجموعة غلايات القهوة والشاي

مولينكس



مولينكس Moulinex

بأجمل التما في عملاتها الكرام
وتقدم أكبر مجموعة من منتجاتها الفرنسية الشهيرة
مع نخبات



شركة مولينكس

أنتر كومرس



شركة مولينكس

الوكلاء الوحيدون لمنتجات مولينكس بجمهورية مصر العربية
مركز الخدمة والصيانة:
القاهرة: ١٠ شارع السراويلات هيلتون بورسعيد
بورسعيد: ٤٧ شارع سعد زغلول
الاسكندرية: ٤٢ شارع النجى دانيال
تليفون: ٧٥٩٧٥٥ - ٤٩٩٠ - ٨٠٨٦٤



مجموعة خلاطات مولينكس الشهيرة



كتشين ماكينز رحلة زيادى مولينكس



القنطرة



الإسكندرية: مولينكس الولاء - البزار الجديد

السويس: قهوة قنطرة